

特种 射击 训练 100 例



北京
人民
出版社
丁杰
著
北京
人民
出版社

209140



公安大学 SZ106341

特种射击训练 100 例

孔繁明
杜振高 著
王振杰



北京体育大学出版社

921413

0417003
〔京〕新登字 146 号

责任编辑:张义霄

责任校对:一肖

责任印制:长立

图书在版编目(CIP)数据

特种射击训练 100 例/孔繁明,杜振高著. —北京:北京体育大学出版社,1994

ISBN 7-81003-789-7

I. 特… II. ①孔…②杜… III. 特种射击-射击训练
N. G871 E920. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 02353 号

特种射击训练 100 例

孔繁明 杜振高 王振杰 著

北京体育大学(原北京体育学院)出版社出版发行
(北京西郊圆明园东路 邮编:100084)

新华书店北京发行所经销
3209 印刷厂印刷

开本:787×1092 1/32

印张:9.625

定价:6.90 元(压膜装)

1994 年 4 月第 1 版

1994 年 4 月第 1 次印刷

印数:6000 册

ISBN 7-81003-789-7/E·1

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

前 言

枪支是公安、司法人员的武装警察执行任务时所使用的武器之一。轻型武器的射击技术是世界各国军警、执法者所必须具备的一项专业技术技能,合理、正确地运用手中武器是打击对手,保护自己,完成任务的有效手段。




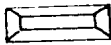




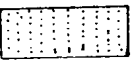
《特种射击训练 100 例》一书是根据我校多年来的射击教学实践,在参加了国内、外多次警察射击比赛的技术动作和经验的基础上结合中外传统射击动作和现代射击发展的趋势等特点写成的,是根据现实对敌斗争形势的需要,科学系统地精心设计编排的,在理论性与实用性的结合上花了一定功夫。从枪支的携带、目标的分析判断,到心理素质的培养及实际应用技术,做了详细的阐述。此书图文并茂,动作设计编排合理,其最大特点就是实用性强,易于学习掌握。

此书在写作过程中得到特警学校有关领导的大力支持,军事教研室主任、多从事射击教学的张宝旺同志给予多方指教,得到王金良、郑伟东、谭卫东、邢复强、侯锦建等同志的大力协助,在此一并表示谢意。由于时间仓促,水平有限,还请同道学者给予指正。

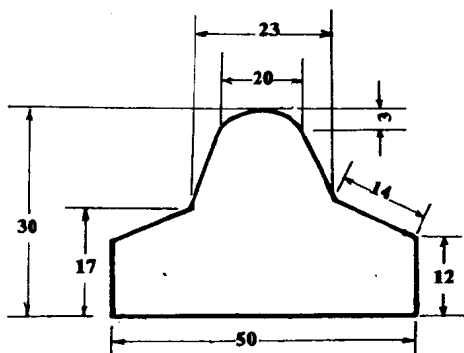
作 者

于武警特警学校

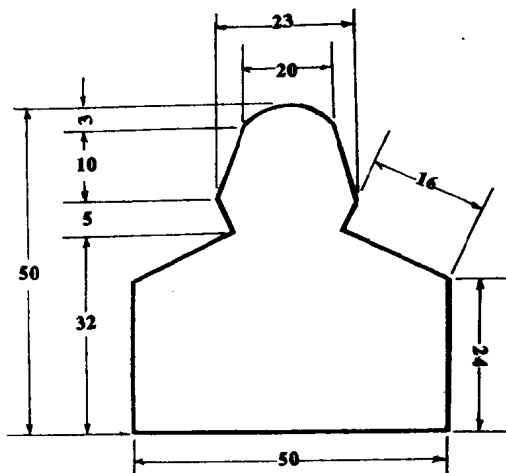
靶场设置图例

- | | | | | | |
|---|---|-------------|----|---|-------|
| 1 |  | 房子 | 10 |  | 岩石 |
| 2 |  | 射击位置及方向 | 11 |  | 山地 |
| 3 |  | 固定目标 | 12 |  | 高矮墙 |
| 4 |  | 隐显、起倒目标 | 13 |  | 土坎 |
| 5 |  | 运动目标及方向 | 14 |  | 墙角 |
| 6 |  | 树木 | 15 |  | 椅子 |
| 7 |  | 出发位置行进路线及方向 | 16 |  | 土坑水沟 |
| 8 |  | 示靶区 | 17 |  | 草丛、土包 |
| 9 |  | 汽车 | | | |

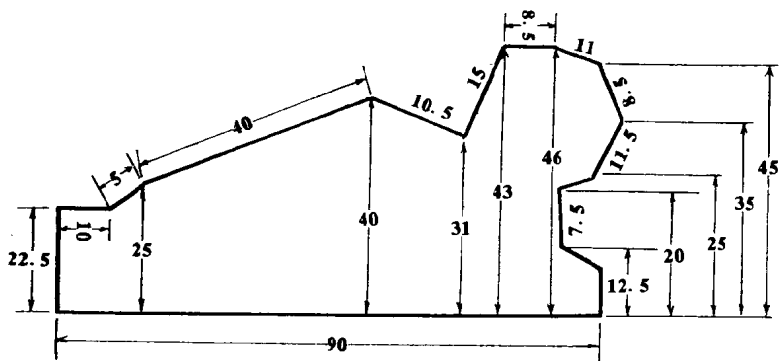
靶型图例



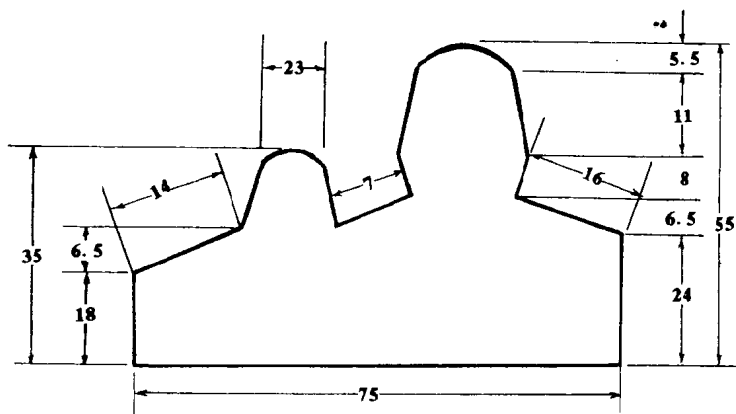
头靶



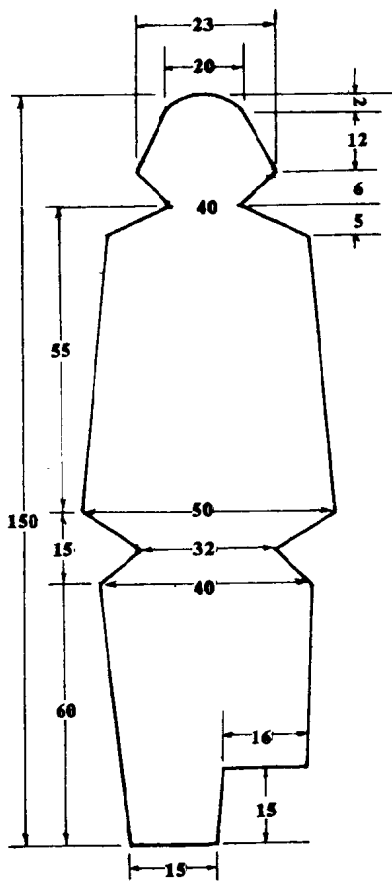
胸靶



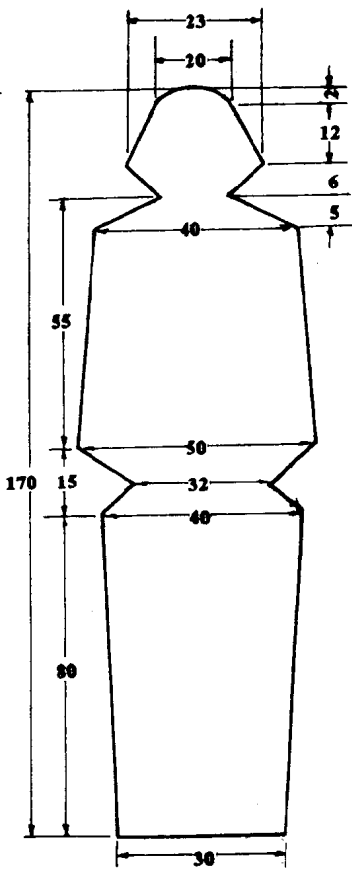
匍匐靶



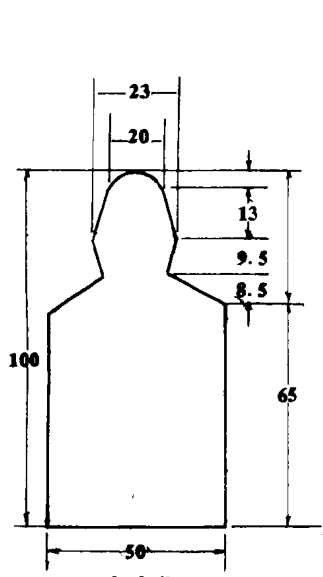
人质靶



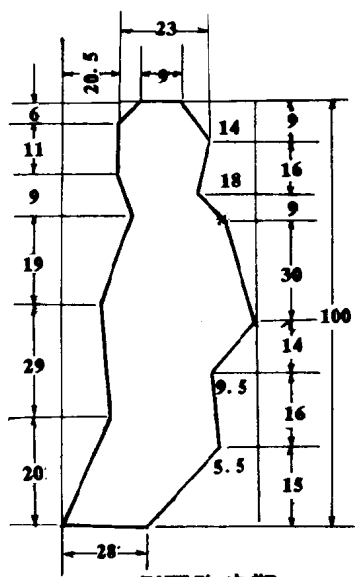
正背面跑步靶



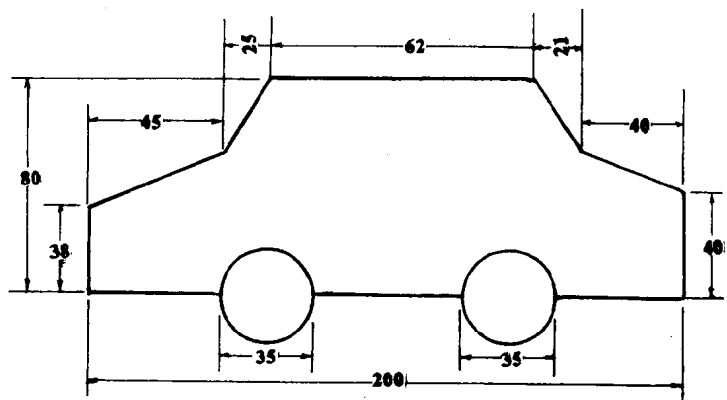
正背面人体靶



半身靶



侧面跑步靶



小汽车靶

目 录

靶场设置图例

靶型图例

第一章 特种射击概述	(1)
第一节 特种射击的技术特点.....	(1)
第二节 特种射击训练的作用.....	(3)
第三节 特种射击的训练方法.....	(5)
第四节 特种射击训练的注意事项.....	(7)
第二章 部分轻武器种类简介及携带方法	(8)
第一节 枪支的种类简介.....	(8)
第二节 枪支的携带方法.....	(30)
第三章 特种射击的基本训练	(35)
第一节 目标的分析判断能力练习.....	(35)
第二节 心理素质的培养.....	(38)
第三节 射击的身法练习.....	(43)
第四节 出枪练习.....	(55)
第四章 特种射击训练 100 例	(57)
第一节 手枪特种射击训练 50 例.....	(57)
第二节 长枪特种射击训练 30 例.....	(164)
第三节 特种枪射击训练 10 例.....	(220)
第四节 长短枪综合训练 10 例.....	(239)

第五章 敌抢枪时的防卫·····	(269)
第一节 抢手枪时的防卫·····	(269)
第二节 抢长枪时的防卫·····	(281)
另附	
国外特种警察射击训练漫谈·····	(291)

第一章 特种射击概述

随着现代社会的发展,社会上各种犯罪分子作案、拒捕的形式和手段变得更加复杂和凶残。同时,由于国际恐怖组织和黑社会力量的渗入,使得国内犯罪活动有所升级。在我国,枪支已广泛地应用于军事、公安战线,有效地利用手中武器已成为制服和消灭罪犯的关键手段。因此,深入研究手中武器的使用技术有很大的现实意义,是当前对敌斗争形势的需要。

第一节 特种射击的技术特点

特种射击是一种在特殊情况下,正确利用手中武器,运用战术手段,有效地消灭敌人和制服罪犯的手段或者叫做方法。

一、运用手中武器是主要的攻击手段

射手必须熟练掌握手中武器的性能、特点和结构,才能在对敌斗争中充分发挥手中武器的威力,正确运用战术手段、迅速地排除武器机械故障,这样才能熟练地运用手中武器,使之起到保护自己,消灭敌人和制服罪犯的作用。这是学习掌握好特种射击技术的基础和前提。

二、射手动作复杂多变,射击时间短促,射击技术要求全面、精细

在运用特种射击手段时,目标往往是狡猾、凶残和荫蔽的敌人或罪犯,他们时隐时现,或动或静,或挟持有人质,都不同程度地给射手正常使用武器增加了难度。目标的性质,决定了射击时间短促,射击时机难以把握。情况的复杂性,要求射手具有清醒的头脑,稳定的心理素质,快速敏捷的武术动作,较高的分析判断能力,准确地把握射击时机,灵活地运用战术手段。射击技术掌握的好坏,直接影响到手中武器发挥作用。因此,对射击技术要求准确、精细,多体会、勤动脑,做到精益求精。

三、以准为主,快准结合

准确地击中目标是成功地运用射击手段的前提,快速的形成射击动作是充分发挥特种射击作用的基本保证,二者相辅相承,不可偏废。所谓准,就是指准确地捕捉和击中目标;快,是指迅速地分析判断目标性质,及时地把握射击时机。训练中要求射手能有意识培养这两方面素质,把这两点有机地结合起来。

四、易于疲劳,易于恐惧

特种射击多在情况危机时运用,敌我对峙,射手精神高度

紧张,往往会造成动作失常,影响射击水平发挥。在有些情况下,射手长时间等待,观察目标,易造成精力不集中,思想麻痹,因而贻误战机。成败往往决定在瞬间,所以要求射手要高度警惕,精力集中,克服疲劳和恐惧带来的干扰。

第二节 特种射击训练的作用

一、特种射击训练是对敌斗争形势的需要

在当前新的形势下,国内一些有组织、有预谋的持枪械抢劫、杀人、行凶等恶性案件时有发生,给人民生命财产和社会安定造成很大危害。国际黑社会组织,暴力恐怖组织也加紧对我国内渗入,许多犯罪分子持有枪械拒捕顽抗,这就给我公安、武警人员执行任务带来了很大的困难和危险。执法人员的使命就是保卫社会主义的安定团结局面和人民生命财产安全、国家利益不受损失。为了更好地行使权力完成使命,在熟练掌握擒敌格斗和徒手制服罪犯技术的同时,更应该精通射击技术,充分发挥手中武器的威力,有效地打击敌人,保护自己。

二、特种射击训练是掌握克敌制胜本领的保证

在我国,枪支是公安、武警、解放军指战员等配备的主要

手中武器之一,射击是我武装人员克敌制胜的有效手段,特种射击训练是提高我武装人员射击本领的重要途径。通过训练,在复杂情况下能够做到临危不惧,增强战胜敌人、消灭罪犯的信心。实践证明:公安、武警和广大部队指战员熟练掌握了射击这项本领,就能在与敌斗争中大显身手。在科学技术飞速发展,武器装备日益现代化的今天,轻型武器的特种射击训练作为一种克敌制胜的手段,仍然具有重要的现实意义。

三、特种射击训练是提高执法人员战斗力的重要方法

俗语说:兵不在多,而贵于精。对于战斗在边防、内卫、公安等战线上的战斗人员以及解放军的特工人员,坚持严格要求,严格训练的原则,进行系统的特种射击的训练,能够提高战斗人员复杂情况下机智勇敢、灵活处置危急情况的本领。缩小传统射击课目练习与实际战斗中实战的差距,从而达到理论与实践、练与战的结合,有效地提高战斗力。

四、特种射击训练是培养射手良好心理素质的重要途径

一个好的射手不仅要有高超的射击技能,而且还要有出色的心理素质,这一点是很重要的。良好的心理素质是完成使用射击技能取得胜利的保证;如果没有这一点做基础,无论是在训练或实战中都会造成射手动作失常,精神紧张,达不到射

击的目的。通过特种射击的训练,增强射手的自我心理调节能力,培养冷静、果敢的战斗作风,真正做到临危不惧,遇事不忙。保证射手的射击技能在实际运用中的正常发挥,为顺利完成作战任务,奠定了坚实的心理基础。

第三节 特种射击的训练方法

一、循序渐进

特种射击的训练有其特定的顺序和规律。其训练的内容,技术难度的安排顺序,都要遵循由简到繁、由易到难、逐步深化、不断提高的原则。在系统的特种射击训练中,首先要注重基础技术的训练,打牢基础,才能逐步提高,起到事半功倍的效果。有良好的基础做前提,再向较深层次的难度技术发展,比较容易掌握技术特点发挥相应水平。

二、讲解法

讲解法是用简练的语言讲解训练的目的、任务、技术动作、训练要求等,从而指导练习者学习动作技术、组织训练。运用讲解法时,应做到讲解目的明确、简明扼要、通俗易懂,正确使用术语,讲解时运用口令、指示、口头信号等有助于加深对讲解内容的理解。

三、示范法

示范法是以具体动作直接进行示范的方法。示范法能生动形象地展示动作概念,还能提高学习兴趣,激发训练的自觉性、积极性。运用示范法时,首先要明确示范的目的。应根据训练的具体内容,不同阶段和实际情况的需要,确定示范的目的。示范时,动作要力求准确、熟练,恰当地选择示范时机、形式并与讲解法有机结合起来,才能收到理想效果。

四、练习法

练习法是根据训练内容,有目的地反复做某一动作的方法。一般有以下几种方法:

(一)重复练习法

重复练习法,是指在相对固定的条件下,按照技术动作的基本要求进行反复练习的方法。如以规定的弹数、时间、目标的多少在同样条件下反复进行练习等。

(二)变换练习法

变换练习法,是指在变换的条件下反复进行练习的方法。它可采用许多手段,如变换练习形式和方法,变换练习的射击时间和弹数,变换目标的距离、形式和性质,变换练习的环境和地形等。

(三)综合练习法

综合练习法,是把以上两种练习方法结合起来运用的方法。能够使内容形式多变,达到完成训练任务,提高训练质量